Une croûte dorée

en six heures



PAR Rita Martin

Robin Hood Flour Mills
Limited

Une protection additionnelle pour toute la famille

La farine Robin Hood, enrichie de vitamines, possède maintenant des éléments nutritifs qui aident et protègent la santé de toute votre famille — des enfants comme des adultes.

Tous les gâteaux, biscuits, pains, tartes, que vous faites avec la farine Robin Hood, enrichie de vitamines, aident à maintenir votre famille en meilleure santé.

La farine à tout usage Robin Hood est enrichie de trois vitamines et d'un minéral, ceci pour accorder encore plus de protection à votre monde :

Riboflavine:	une vitamine essentielle à la croissance des enfants.
Thiamine: (vitamine B_1)	aide à conserver un meilleur système nerveux, un appétit plus régulier et une meilleure digestion.
Niacine:	aide à maintenir la fonction normale des tissus.
Fer:	contribue à la formation des globules rouges du sang.

Oui, grâce à la science moderne, un moyen a été découvert pour ajouter tous ces éléments nutritifs à la farine Robin Hood sans en altérer sa texture soyeuse, sa douceur veloutée, sa blancheur de neige, d'aucune façon. Vous ne pouvez voir la différence, vous ne pouvez goûter la différence, mais en employant la farine Robin Hood, enrichie de vitamines, dans votre cuisson, vous constaterez une différence dans la santé de toute votre famille: plus d'énergie, de meilleurs nerfs, de meilleurs appétits, une croissance continuelle et solide.

Et, naturellement, vous obtenez toujours les mêmes résultats garantis avec la farine Robin Hood. La raison: le meilleur blé est choisi et soigneusement lavé, avant de moudre la farine. La farine elle-même est vérifiée par nos chimistes à toutes les heures afin de s'assurer qu'elle conserve toujours sa qualité supérieure et uniforme.

Après toutes ces précautions, nous sommes tellement sûrs de la qualité supérieure de la farine Robin Hood que nous la garantissons sans aucune condition. Nous vous remettrons votre prix d'achat — plus 10% — si après deux essais, vous n'êtes pas entièrement satisfaites.

Afin d'accorder à votre famille toute cette protection additionnelle, et pour vous assurer des résultats toujours merveilleux, employez toujours la farine ROBIN HOOD, enrichie de vitamines — la farine en santé pour une famille en santé.

LA FARINE

ENRICHIE DE VITAMINES

Robin Hood

Moulue de Blé Lavé

Photographié par Arnott et Rogers
Montréal

UNE CROÛTE DORÉE

en six heures



PAR *Rita Martin*

Cette nouvelle méthode de panification, toute simple et facile, donne 4 pains savoureux.



PLUS BESOIN D'ÊTRE "DOUÉE" POUR RÉUSSIR DU PAIN !

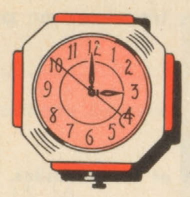
ADOPTEZ LA MÉTHODE DE PÂTE ROULÉE ROBIN HOOD.

QUELQU'UN se devait de modifier et de simplifier le vieux procédé de panification. Et quelqu'un l'a fait.

Vous trouverez dans les pages suivantes, une nouvelle formule de fabrication du pain. Finies les longues heures d'attente et d'incertitude; l'expérience et l'habileté ne sont plus indispensables pour réussir.

En feuilletant ce livre, vous constaterez qu'il n'y a rien de mystérieux dans la panification. Chaque opération a été photographiée et décrite pour faciliter votre travail. Suivez les indications données et le succès est assuré.

Avec cette méthode, vous commencez disons à neuf heures le matin, et six heures plus tard soit à trois heures, vous sortez du four quatre pains croustillants et dorés que vous serez fières de servir.



Y a-t-il quelque chose de plus simple? Certes non!

Chaque opération décrite dans les pages suivantes a été expérimentée maintes fois d'un océan à l'autre, non seulement par un ou plusieurs boulangers, mais aussi par des cuisinières d'expérience. Tous sont unanimes à reconnaître que cette méthode est la plus grande découverte faite depuis des années dans la panification. Essayez-la, madame, et vous serez convaincue!



Publié pour faciliter

la panification à la maison, par

Robin Hood Flour Mills Limited

Meuniers de la farine ROBIN HOOD, Enrichie de Vitamines

QUÉBEC et MONTRÉAL

AVIS.—Ceci est une formule nouvelle de panification pour laquelle un brevet a été soumis à Ottawa.

DIX POINTS IMPORTANTS DANS LA

"PANIFICATION"

Ces vignettes représentent les 10 points importants de la panification qui sont décrits dans les pages suivantes; toutes les ménagères, expertes ou non, pourront les consulter avec avantage.
Pour référence plus rapide, vous trouverez en page 20 un bref résumé de notre nouvelle formule.

No: 1.

Assembler les ingrédients et les ustensiles.
Temps: 10 minutes.
Vignettes 1 à 4, pages 6, 7.



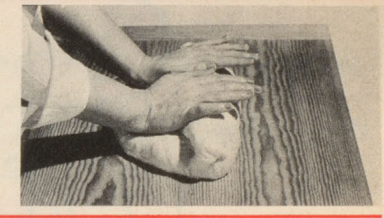
No: 2.

Mesurer les ingrédients.
Temps: 15 minutes.
Vignettes 4 à 14, pages 8, 9, 10, 11.



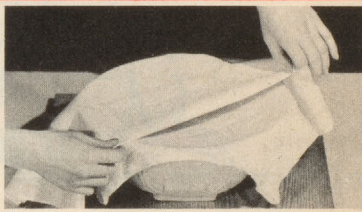
No: 3.

Mélanger et pétrir la pâte.
Temps: 15 minutes.
Vignettes 14 à 19, pages 11, 12, 13.



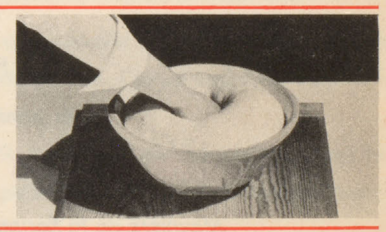
No: 4.

Laisser fermenter.
Temps: 120 minutes (2 heures).
Vignettes 19 et 20, page 13.



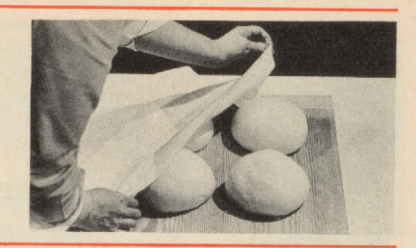
No: 5.

Pétrir et façonner en boules.
Temps: 10 minutes.
Vignettes 21 à 24, pages 14, 15.



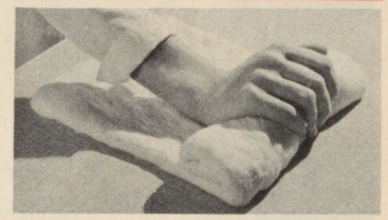
No: 6.

Laisser reposer la pâte.
Temps: 15 minutes.
Vignette 24, page 15.



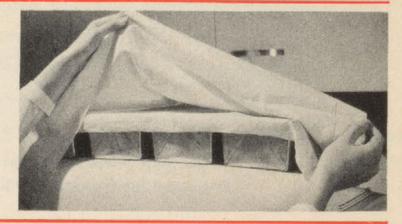
No: 7.

Façonner en pains. (Par méthode de pâte roulée).
Temps: 20 minutes.
Vignettes 25 à 30, pages 15, 16.



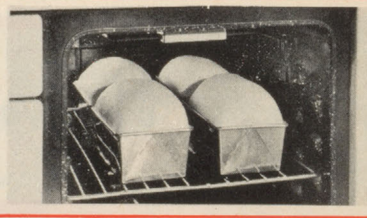
No: 8.

Laisser fermenter.
Temps: 90 minutes (1 ½ heure).
Vignette 30, page 17.



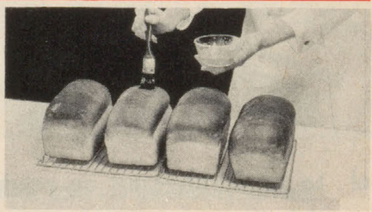
No: 9.

Faire cuire.
Temps: 50 minutes.
Vignettes 31 et 32, page 17.

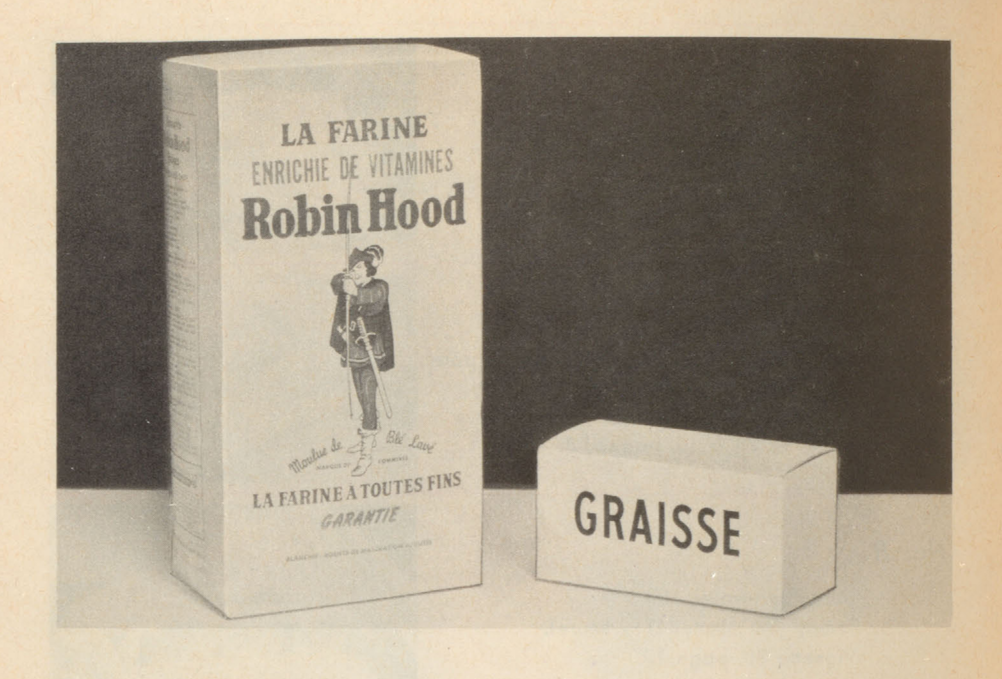


No: 10.

Badigeonner et refroidir.
Temps: 5 minutes.
Vignettes 33 à 35, pages 18, 19.



Du sac de farine à la boîte à pain ... en six heures. Pendant 3½ heures de ces 6 heures, le travail se fait seul ... et vous êtes libre de faire autre chose. L'horloge et le thermomètre prennent soin de votre pain. Une seule chose importe, c'est l'emploi de la farine ROBIN HOOD, Enrichie de Vitamines, la farine utilisée par les experts dans la panification.



RECETTE DE PÂTE ROULÉE ROBIN HOOD

1

(a) La température est de première importance dans la panification. La pièce doit être assez chaude pour prévenir le refroidissement de la pâte au cours des différentes opérations. La température idéale varie de 75° à 85° F. Cette température doit être maintenue pour obtenir les meilleurs résultats. Aucun endroit spécial n'est requis; éviter les courants d'air et les endroits surchauffés.

(b) Les ingrédients doivent être utilisés à la température de la pièce.

Reconnue pour sa qualité supérieure, la farine ROBIN HOOD, Enrichie de Vitamines, est employée plus que toutes les autres marques réunies.

2



Assembler les ingrédients:

- 2 tasses de lait
- 2 tasses d'eau froide
- 2 enveloppes de levure sèche granulée OU
- 2 gâteaux de levure comprimée
- 4 cuillères à thé de sel
- 6 cuillères à table de sucre
- 4 cuillères à table de graisse amollie (beurre, saindoux ou graisse végétale)
- 11 tasses (environ) de farine ROBIN HOOD, Enrichie de Vitamines, tamisée

NOTE: 4 tasses de liquide: 2 tasses d'eau froide et 2 tasses d'eau de pommes de terre ou les trois combinés peuvent être employés; mais le lait donne une texture plus fine et un goût plus délicat. L'emploi des 2 tasses de lait est donc à recommander.

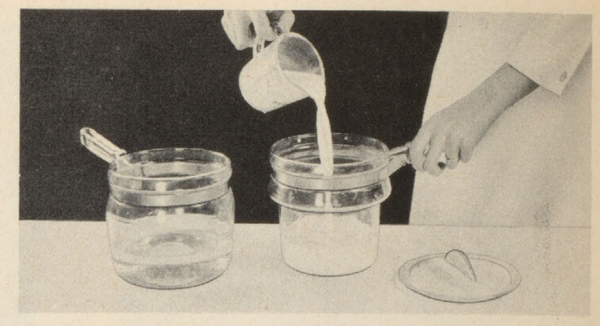
3



Pour épargner du temps et des pas, assembler tous les ustensiles suivants:

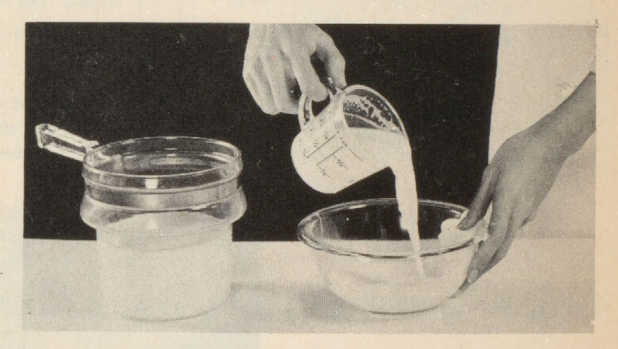
- 2 tasses graduées
- 1 cuillère de bois
- 1 grand bol à mélanger
- 1 bol (grandeur moyenne)
- 1 petit bol
- 1 série de cuillères graduées
- 1 couteau de cuisine
- 1 cuillère à thé
- 1 tamis
- 1 bain-marie
- 1 rouleau à pâte
- 1 pinceau
- 4 moules à pain de 8″ x 5″ x 3″ ou 3 moules plus grands
- 1 carré de coton à fromage
- 1 grande serviette de toile
- papier ciré

Moulue de blé lavé, la farine ROBIN HOOD, Enrichie de Vitamines, est la plus blanche, la plus pure et la plus populaire au Canada.



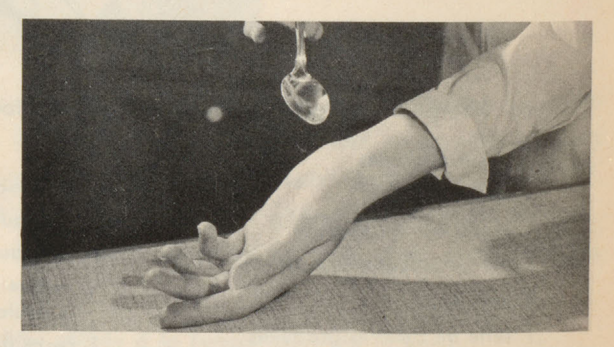
4

Verser deux tasses de lait dans la partie supérieure d'un bain-marie ou dans une casserole. Amener au point d'ébullition. Ceci est important surtout si le lait n'est pas pasteurisé.



5

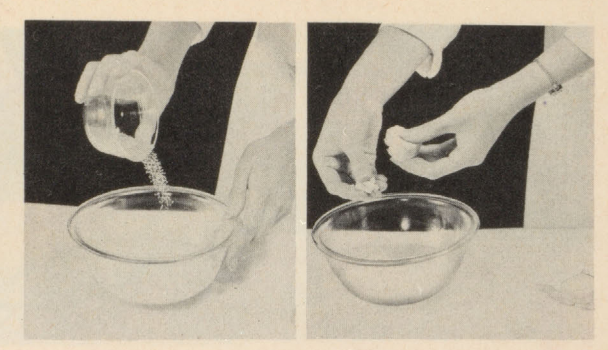
Ajouter deux tasses d'eau froide. Laisser tiédir. Verser 1 tasse de ce liquide dans un bol. Si de l'eau seule ou un mélange d'eau, de lait et d'eau de pommes de terre est employé, chauffer jusqu'à ce que le liquide soit tiède.



6

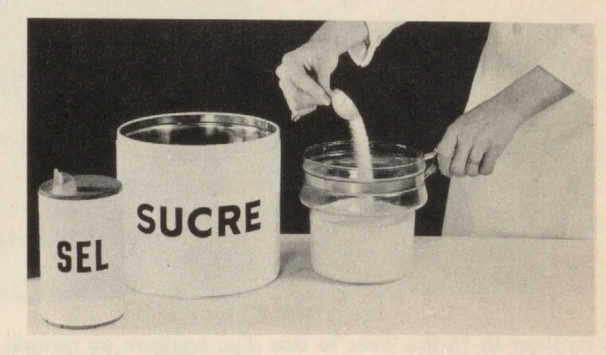
Epreuve de l'eau tiède. Laisser tomber quelques gouttes du liquide sur les veines intérieures du poignet. Si le liquide ne laisse aucune sensation de chaud ou de froid, il est tiède. Répéter plusieurs fois. L'eau chaude tue l'action de la levure; l'eau froide la retarde.

La farine ROBIN HOOD, Enrichie de Vitamines, est une farine riche qui absorbe le maximum d'humidité et qui donne plus de pains par sac.



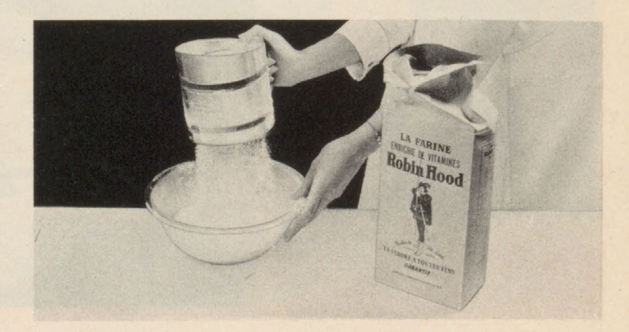
7

Dissoudre 2 cuillères à thé de sucre dans 1 tasse de liquide tiède. Verser en pluie 2 enveloppes de levure sèche granulée. Laisser reposer 15 à 20 minutes. Brasser. (Si la levure comprimée est employée, dissoudre les 2 gâteaux dans une tasse de liquide tiède et mêler.)



8

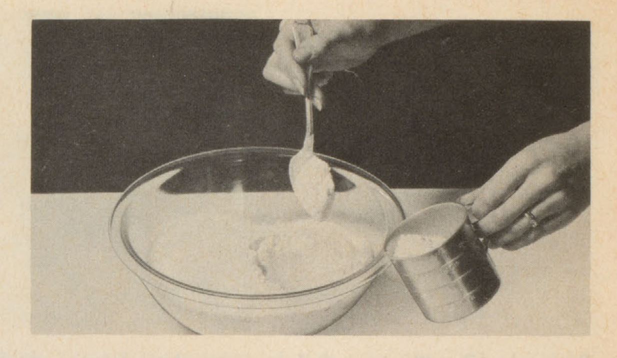
Au reste du liquide, ajouter 4 cuillères à thé de sel et 6 cuillères à table de sucre.



9

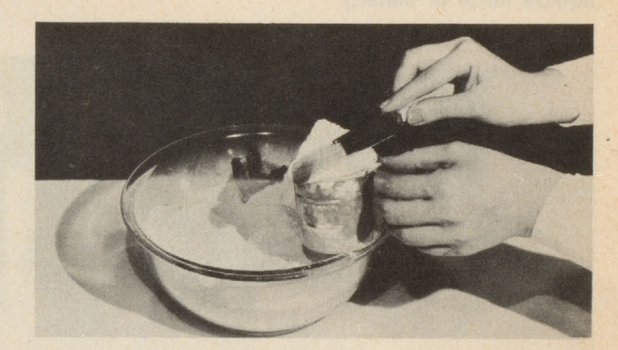
Tamiser et mesurer la farine. Il est important de tamiser la farine avant de la mesurer parce que la farine devient plus légère et plus uniforme. Environ 11 tasses sont requises.

La farine ROBIN HOOD, Enrichie de Vitamines, est excellente pour le pain, les gâteaux et les pâtisseries.



10

Pour mesurer la farine, remplir la tasse graduée délicatement, sans presser avec une cuillère pour qu'il ne reste pas de vide.



11

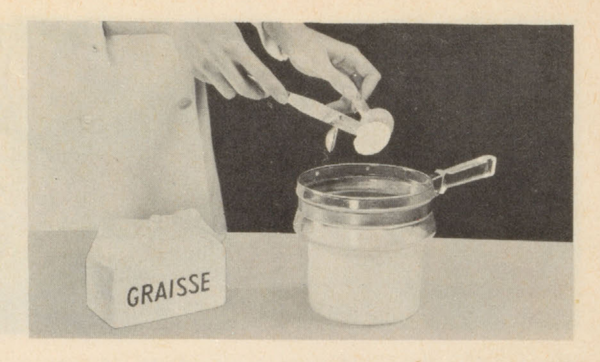
Egaliser la farine avec le dos d'un couteau ou remplir sans presser.



12

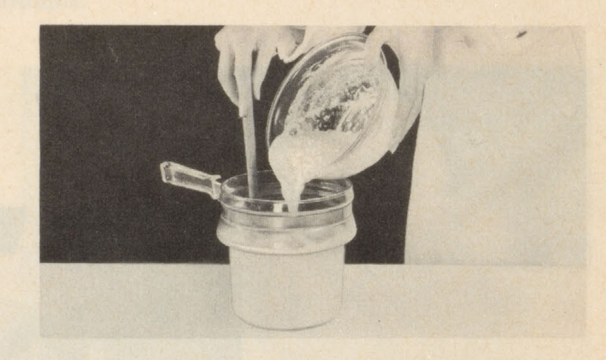
Déposer 10¼ tasses de farine dans un bol à mélanger et creuser une fontaine au centre. (Conserver ¾ tasse pour être employé plus tard si nécessaire.)

13



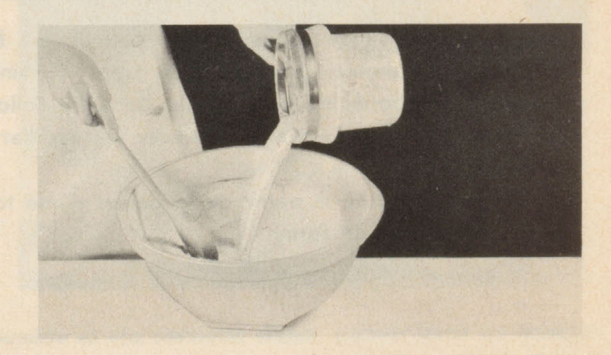
A la solution tiède (liquide, sucre et sel), ajouter 4 cuillères à table de graisse amollie non fondue. La graisse fondue retarde l'action de la levure.

14



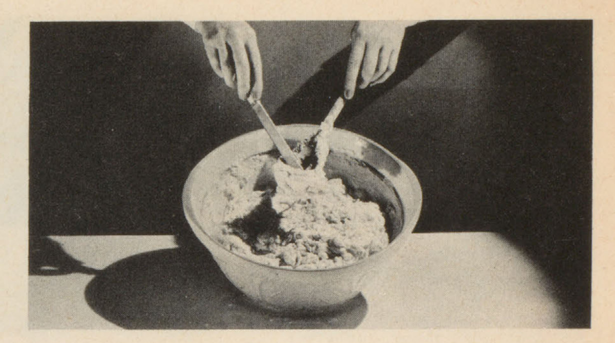
Verser la levure dissoute dans le liquide. Mélanger.

15



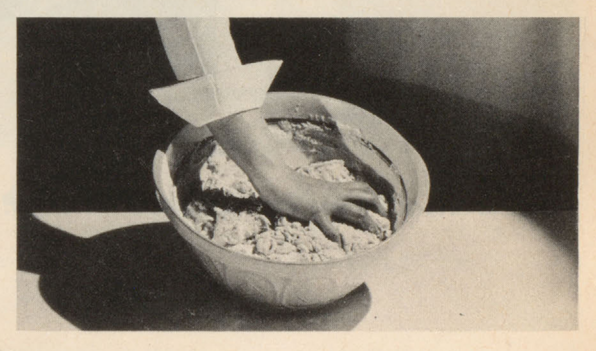
Incorporer le liquide à la farine.

La farine ROBIN HOOD, Enrichie de Vitamines, est excellente pour le pain, les gâteaux et les pâtisseries.



16

Battre à la cuillère jusqu'à ce que le mélange soit parfait. Nettoyer la cuillère avant de commencer de travailler à la main.



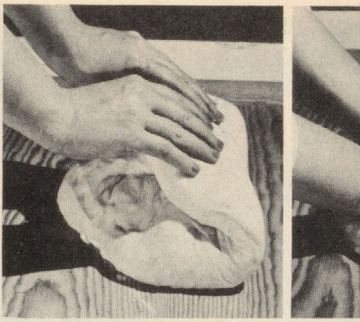
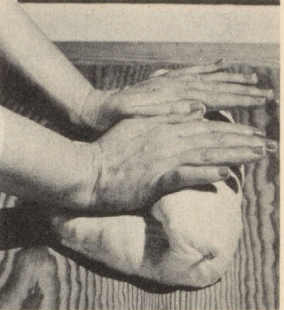
17

Travailler la pâte avec la main pour former une boule molle, durant 5 minutes. La pâte sera collante au début mais après 5 minutes, elle devrait se détacher facilement des bords du bol. Si elle demeure collante, ajouter un peu de farine des ¾ de tasse en réserve et continuer à travailler jusqu'à ce que la pâte forme une boule molle.

Graisser une planche à pétrir ou le dessus d'une table émaillée. Il est important de ne plus ajouter de farine.

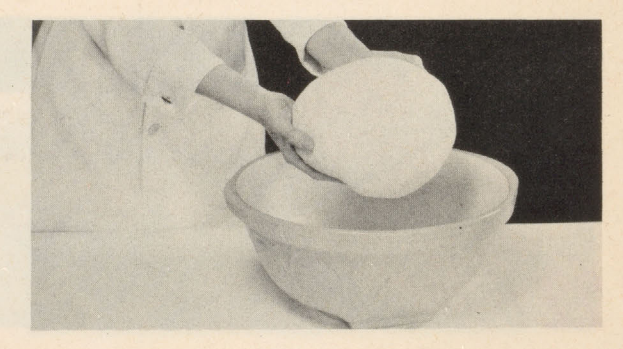
La pâte préparée avec la farine ROBIN HOOD, Enrichie de Vitamines, lève facilement, caractéristique d'une bonne farine.

18

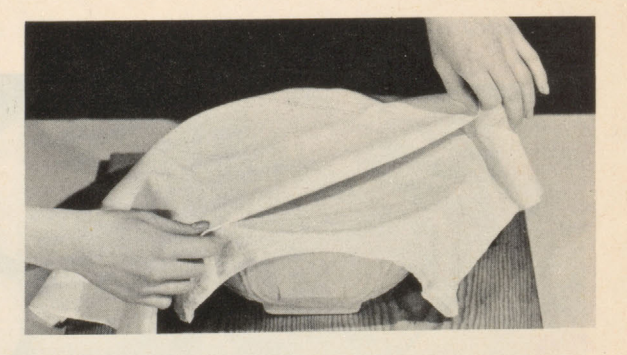
Pétrir la pâte 8 minutes sur une planche légèrement graissée: replier une partie de la pâte vers soi et presser à rebours avec la paume des mains; donner à la pâte un quart de tour, replier de nouveau et presser; répéter l'opération jusqu'à ce que la pâte soit lisse et élastique.

19



Placer la pâte dans un bol graissé pour la fermentation.

20



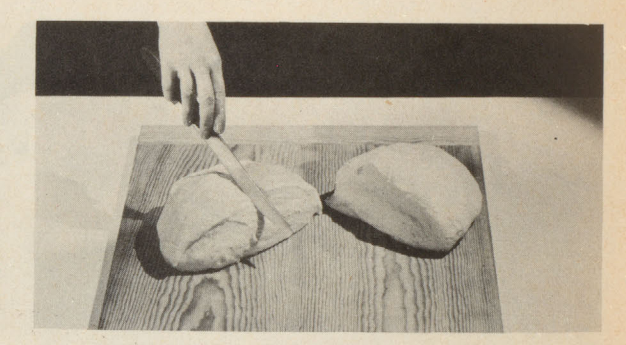
Couvrir le bol avec un linge humide et une serviette sèche. Laisser lever au double du volume (environ 2 heures), à la température de la pièce (75° à 85° F.) Eviter les courants d'air et les endroits surchauffés.

La farine ROBIN HOOD, Enrichie de Vitamines, assure une texture uniforme au pain, aux pâtisseries et aux gâteaux.



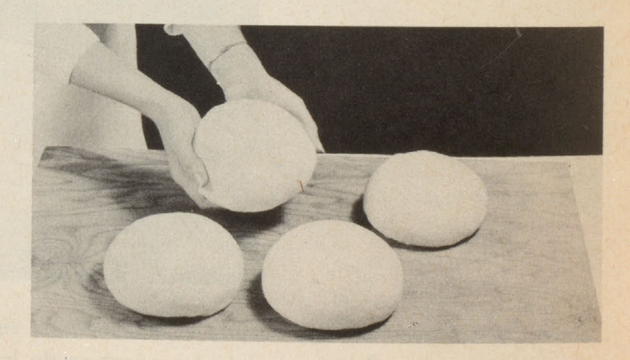
21

La fermentation terminée, baisser la pâte tel qu'illustré. Répéter cette opération plusieurs fois pour laisser échapper les bulles d'air.



22

Déposer la pâte sur une planche légèrement graissée, et à l'aide d'un couteau, diviser en quatre morceaux suivant la grandeur des casseroles.

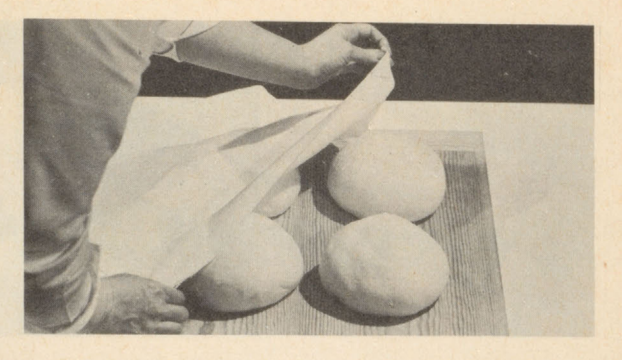


23

Façonner chaque morceau en boule. Pour prévenir la sortie des bulles d'air, déposer la pâte sur le côté tranché.

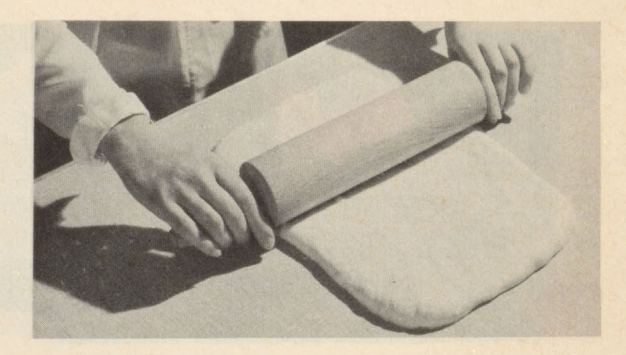
Pour de meilleurs résultats, utilisez toujours la farine ROBIN HOOD, Enrichie de Vitamines.

24



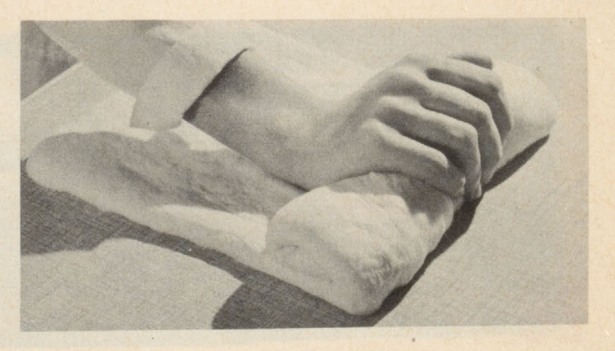
Recouvrir et laisser reposer 15 minutes. Ce repos rend la pâte plus facile à manipuler. Graisser les casseroles.

25

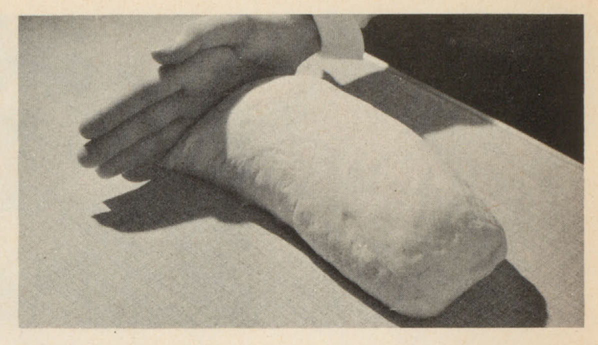


Avec un rouleau à pâte, abaisser chaque boule en un rectangle de 9″ x 12″. Bien presser vers les bords pour éliminer toutes les bulles d'air.

26

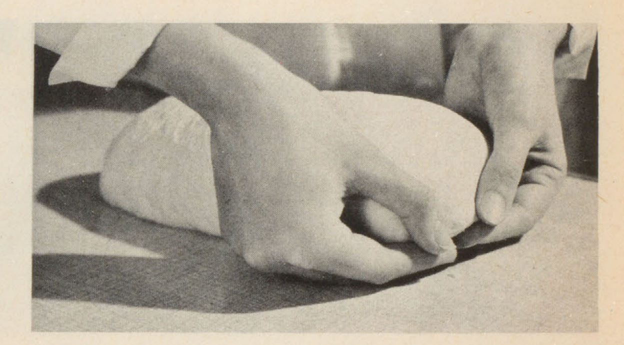


Rouler la pâte vers soi de la même manière que pour un gâteau roulé (environ 4 tours), sceller chaque tour avec la paume de la main. Faire adhérer l'extrémité de la pâte sous le pain.



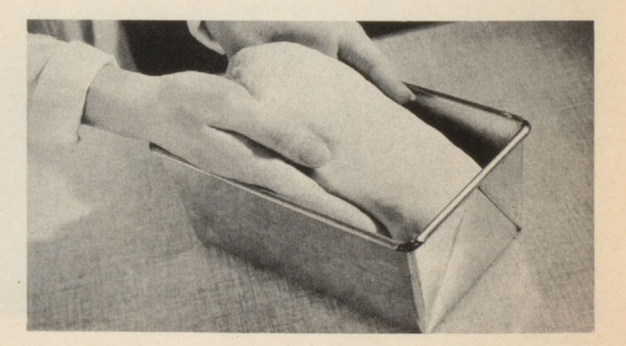
27

Sceller chaque bout du cylindre de pâte avec le côté de la main pour obtenir des bouts très amincis.



28

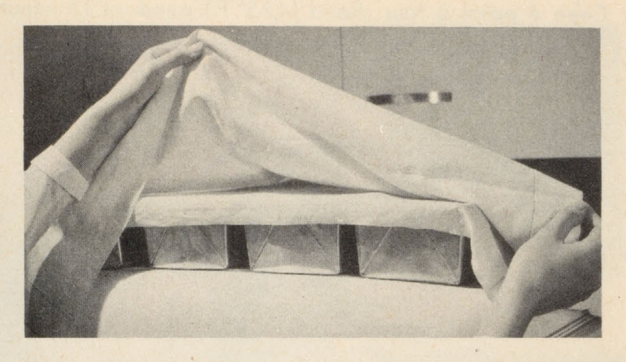
Replier les bouts en dessous du cylindre tel qu'indiqué sur la gravure.



29

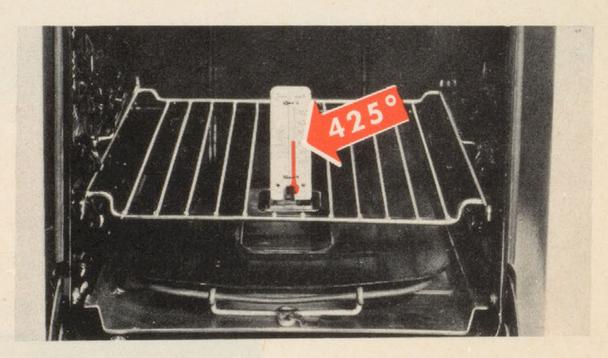
Déposer dans une casserole à pain bien graissée.

Les pâtisseries, le pain et les gâteaux faits de farine ROBIN HOOD, Enrichie de Vitamines, ont meilleur goût et meilleure apparence.



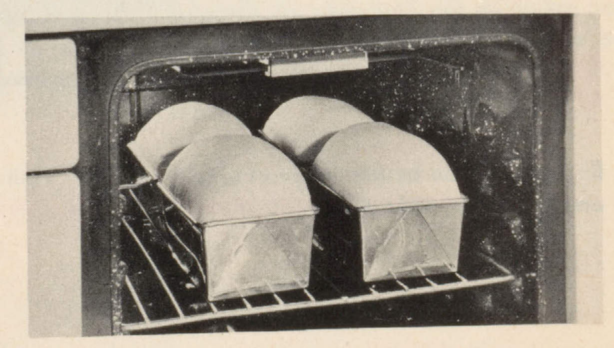
30

Recouvrir d'un linge humide et d'une serviette sèche. Laisser lever au double du volume, environ 1½ heure, à une température de 75° à 85° F.



31

Une demi-heure avant la fin de la fermentation, chauffer le four à 400° F. ou 425° F., selon que 2 ou 4 pains cuisent à la fois. Pour vérifier la température du four, il est à conseiller de placer à l'intérieur un thermomètre, tel qu'illustré.

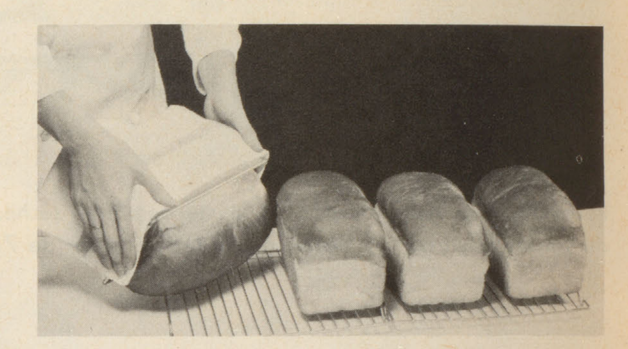


32

Quand les pains ont doublé de volume, disposer les casseroles dans le four de manière à assurer la circulation de la chaleur.

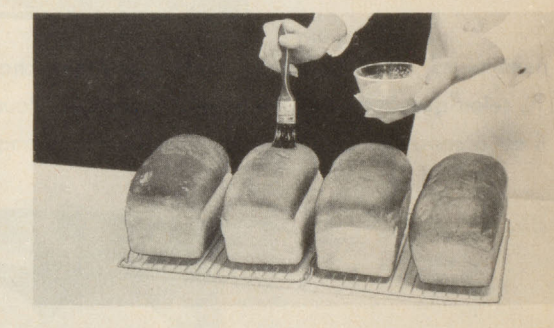
Les boulangers d'expérience reconnaissent la qualité exceptionnelle de la farine ROBIN HOOD, Enrichie de Vitamines, par sa texture fine.

Cuire 4 pains à four chaud (425° F.) pendant 15 minutes; abaisser la température à 375° F. pour le reste de la cuisson—soit 35 minutes. Pour 2 pains cuire à 400° F. pour la durée de la cuisson.



33

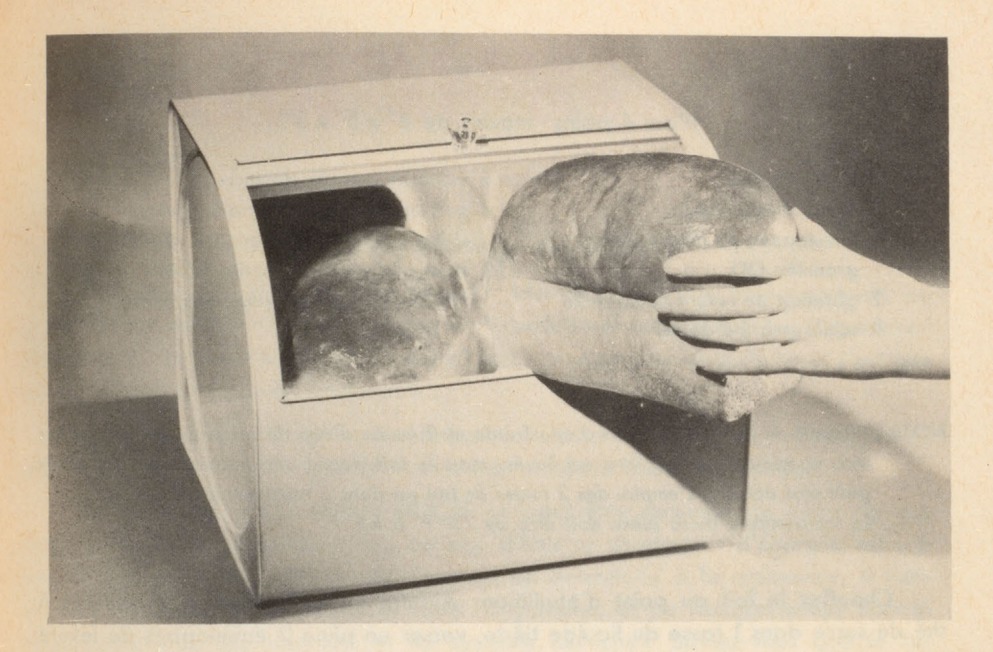
La cuisson terminée, retirer les pains du four et déposer sur un gril.



34

Badigeonner de beurre fondu et laisser refroidir. Pour une croûte plus croustillante, omettre cette opération.

La farine ROBIN HOOD, Enrichie de Vitamines, est garantie; votre argent plus 10% vous est remis si vous n'avez pas entière satisfaction.



35

Déposer le pain refroidi dans une boîte à pain propre et bien aérée.

Ceci termine la marche à suivre de la panification.

IMPORTANT: Cette méthode nouvelle élimine une fermentation; elle démontre par des photographies la manière de faire un bon pain. Pour référence rapide de cette nouvelle méthode, voir page 20.

MÉTHODE RAPIDE

(Pour 4 pains - moules de 8″ x 5″ x 3″)

2 tasses de lait
2 tasses d'eau froide
2 enveloppes de levure sèche granulée OU
2 gâteaux de levure comprimée
4 cuillères à thé de sel
6 cuillères à table de sucre
4 cuillères à table de graisse amollie (beurre, saindoux ou graisse végétale)
11 tasses (environ) de farine ROBIN HOOD, Enrichie de Vitamines, tamisée

NOTE: 4 tasses de liquide: 2 tasses d'eau froide et 2 tasses d'eau de pommes de terre ou les trois combinés peuvent être employés; mais le lait donne une texture plus fine et un goût plus délicat. L'emploi des 2 tasses de lait est donc à recommander.
La température de la pièce doit être de 75° F. à 85° F.

Chauffer le lait au point d'ébullition. Ajouter l'eau. Dissoudre 2 cuillères à thé de sucre dans 1 tasse du liquide tiède, verser en pluie 2 enveloppes de levure sèche et laisser reposer 15 à 20 minutes. (Si la levure comprimée est employée, dissoudre les 2 gâteaux de levure dans une tasse de liquide tiède et mêler.)

Au reste du liquide, ajouter le sucre et le sel. Laisser tiédir, ajouter la graisse amollie et la levure dissoute. Incorporer à la farine tamisée.

Travailler la pâte à la main pour former une boule molle mais non collante. Pétrir 8 minutes sur une planche graissée.

Déposer dans un bol graissé. Recouvrir d'un linge humide et d'une serviette sèche. Laisser lever au double du volume à la température de la pièce (environ 2 heures), 75° F. à 85° F. Baisser et couper la pâte en 4 parties.

Façonner chaque morceau en boule. Recouvrir et laisser reposer 15 minutes. Façonner en pains (page 15 et 16). Placer dans des casseroles graissées. Recouvrir et laisser lever au double du volume (1½ heure). Une demi- heure avant la fin de la fermentation, chauffer le four à 425° F.

Cuire à four chaud (425° F.) pendant 15 minutes, réduire la température à 375° F. pour le reste de la cuisson (35 minutes). Refroidir sur des grils.

ET MAINTENANT DU

PAIN AU GRUAU

FACILE À PRÉPARER

Une nouvelle recette qui fait sensation!

Nouveau! Savoureux! Appétissant! Nutritif! Voilà le nouveau pain au gruau ROBIN HOOD! Essayez cette nouvelle recette et votre famille en "reparlera" des jours durant! Ce n'est pas un pain blanc, ce n'est pas un pain brun, c'est une saveur unique et vous en raffolerez!...

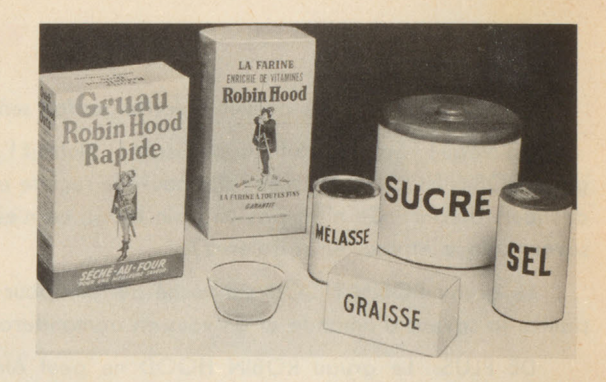
Le gruau ROBIN HOOD est séché-au-four pour un goût plus fin! Servez ce pain à la saveur d'amande et on vous en demandera encore et souvent!

DE PLUS: Le gruau ROBIN HOOD ne peut être surpassé au point de vue nutritif. Saviez-vous que le gruau, en plus d'être un producteur d'énergie, est une excellente source de V-B_1? Cette vitamine est essentielle à la croissance, à l'utilisation des amidons et des sucres dans l'organisme, et au fonctionnement normal de l'appareil gastro-intestinal et du système nerveux! Saviez-vous que le fer et le phosphore du gruau sont essentiels à la formation des globules rouges du sang et de l'hémoglobine et aident à la formation des os et des dents!

Donc, maintenant, en plus de servir un bon gruau chaud, des biscuits croustillants, des muffins légers, des poudings délicieux, servez ces bons pains dorés au gruau ROBIN HOOD!



RECETTE DE PAIN AU GRUAU



1

Assembler les ingrédients:

- 3 tasses de gruau ROBIN HOOD
- 2½ tasses d'eau bouillante
- ¼ tasse de mélasse blonde
- 2 cuillères à table de sucre
- 2½ cuillères à thé de sel
- 3 cuillères à table de graisse amollie
- ½ tasse d'eau froide
- 2 enveloppes de levure sèche granulée OU
- 2 gâteaux de levure comprimée
- ½ tasse d'eau tiède
- 2 cuillères à thé de sucre
- 6½ tasses environ de farine ROBIN HOOD, Enrichie de Vitamines, tamisée

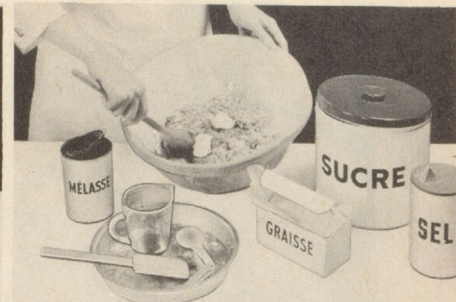


2

Assembler les ustensiles pour épargner du temps et des pas.

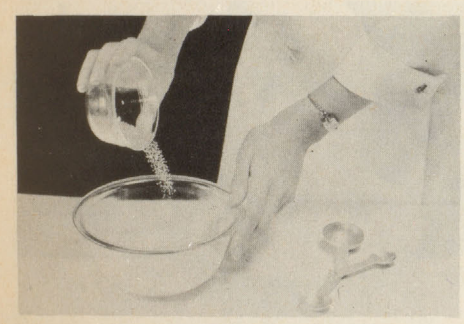
- 2 tasses graduées
- 1 grand bol à mélanger
- 1 bol de grandeur moyenne (farine)
- 1 petit bol (levure)
- 1 cuillère de bois
- 1 série de cuillères graduées
- 1 cuillère à thé
- 1 couteau de cuisine
- 1 spatule de caoutchouc
- 1 tamis
- 1 rouleau à pâte
- 1 pinceau
- 1 carré de coton à fromage
- 3 moules ou casseroles à pain de 8″ x 5″ x 3″
- Papier ciré





3

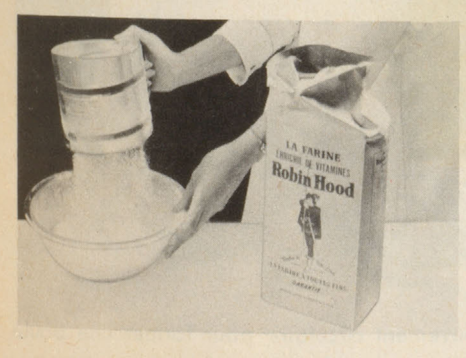
Verser 2½ tasses d'eau bouillante sur le gruau ROBIN HOOD. Ajouter ¼ tasse de mélasse blonde, 2½ cuillères à thé de sel, 2 cuillères à table de sucre et 3 cuillères à table de graisse amollie. Brasser.

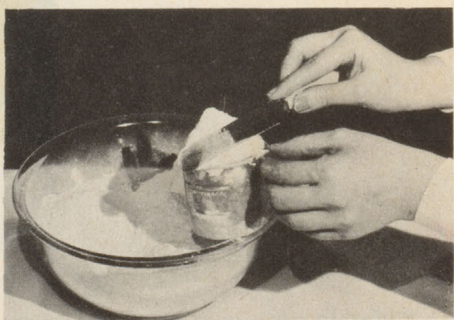




4

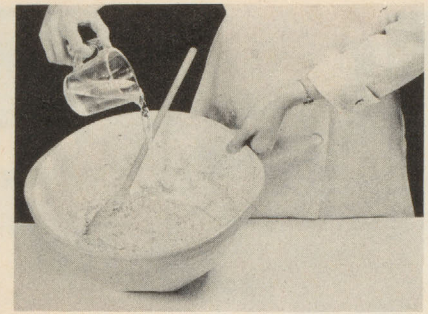
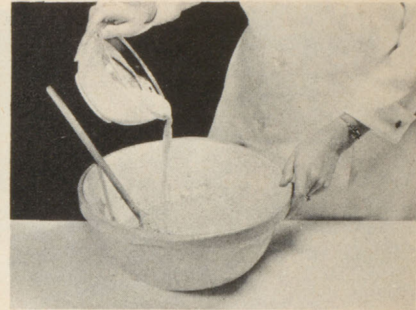
Mesurer ½ tasse d'eau tiède dans un petit bol. Epreuve de l'eau tiède: laisser tomber quelques gouttes d'eau sur les veines intérieures du poignet. Si le liquide ne laisse aucune sensation de chaud ou de froid, il est tiède. Répéter plusieurs fois. Dissoudre 2 cuillères à thé de sucre dans l'eau tiède et verser en pluie les 2 enveloppes de levure granulée. Laisser reposer 15 à 20 minutes. Brasser. (Si la levure comprimée est employée, la dissoudre dans l'eau tiède.)





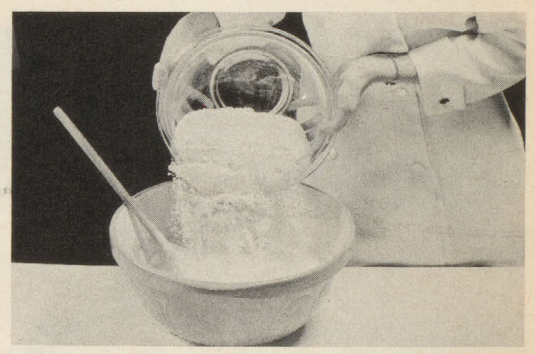
5

Tamiser et mesurer la farine. Il est important de tamiser la farine avant de la mesurer parce que la farine devient plus légère et plus uniforme. 6½ tasses environ de farine tamisée sont requises. Pour mesurer la farine, remplir la tasse graduée délicatement avec une cuillère afin qu'il ne reste pas de vide. Egaliser la farine avec le dos d'un couteau ou remplir *sans presser*. Les *mesures exactes* sont *essentielles* pour réussir.

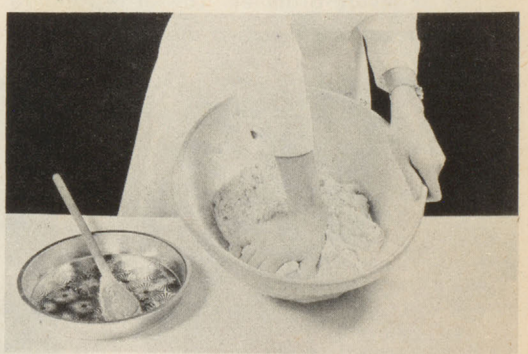
6

Refroidir la préparation de gruau avec ½ tasse d'eau froide. Quand le mélange est tiède (répéter l'épreuve de l'eau tiède pour la température du mélange, voir No 4, Page 23), ajouter la levure dissoute, mélanger.



7

Ajouter 5½ tasses de farine et brasser jusqu'à ce que le liquide soit tout absorbé et que la pâte soit facile à travailler à la main. Nettoyer la cuillère et les mains avant de commencer.



8

Travailler la pâte avec la main d'un mouvement circulaire pour former une boule molle; environ 5 minutes. La pâte sera collante au début mais devrait se détacher facilement des bords du bol. Renverser sur une planche à pétrir graissée ou le dessus d'une table émaillée. Pétrir environ 8 minutes. Ajouter jusqu'à 1 tasse de farine de plus si la pâte demeure toujours collante.

Pour pétrir, façonner, fermenter, cuire, suivre les instructions de la Page 13 en commençant au No 18 pour finir au No 35.

Cette recette donne 3 pains.



RITA MARTIN
Directrice
Département d'art culinaire

La Cuisine Robin Hood

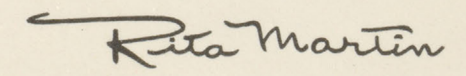
Chère madame,

Ce livret est un hommage des Meuniers de la Farine Robin Hood à vous, madame, qui n'avez jamais fait de pain. La méthode rapide et les conseils pratiques de "Croûte Dorée" rendent maintenant la préparation du pain facile et agréable.

Le Département d'art culinaire est établi dans le but de vous venir en aide, chère amie. Si vous désirez d'autres recettes ou des renseignements supplémentaires concernant le pain, les tartes, les biscuits, les viandes, n'hésitez pas à écrire au bureau Robin Hood le plus rapproché de votre localité.

Vous êtes la bienvenue chez-nous. Le personnel se fera grand plaisir de vous apporter son entière collaboration.

Sincèrement vôtre,





Robin Hood Flour Mills Limited

QUÉBEC - MONTRÉAL

